

**Dr. Benjamín Martín Sánchez**

# **LAS VIRTUDES CRISTIANAS**

- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| - Fe         | - Magnanimidad  |
| - Esperanza  | - Castidad      |
| - Caridad    | - Virginidad    |
| - Prudencia  | - Mansedumbre   |
| - Justicia   | - Clemencia     |
| - Fortaleza  | - Modestia      |
| - Templanza  | - Humildad      |
| - Obediencia | - Penitencia    |
| - Paciencia  | - Mortificación |

**Editorial**

**APOSTOLADO MARIANO**

**Recaredo, 44 – 41003 SEVILLA**

**Tel.: 954 41 68 09 – Fax: 954 54 07 78**

**[www.apostoladomariano.com](http://www.apostoladomariano.com)**

## NIHIL OBSTAT

El censor

Antonio Martín Llamas. Lic. en S.E.  
Zamora, 15 enero 1900

## IMPRIMATUR

Lic. Benito Peláez  
Vicario General de la Diócesis

**Con licencia eclesiástica**

ISBN: 978-84-7770-445-4

Depósito legal: M. 45.751-2009

Impreso en España - *Printed in Spain*

Por: Impresos y Revistas, S. A. (Grupo IMPRESA)

## PRESENTACION

*La finalidad de este libro no es otra que poner de manifiesto el valor y mérito de la virtud, y exponer las clases de virtudes existentes, empezando por las llamadas "teologales" por ser las más importantes de la vida cristiana y base y fundamento de las demás, como son las "cardinales", alrededor de las cuales giran todas las virtudes morales.*

*La Escritura Santa, los santos Padres y hasta los autores y filósofos paganos elogian frecuentemente la virtud.*

*En los Proverbios leemos: "La virtud engrandece a los pueblos, mientras que el pecado los hace miserables" (14, 34)*

*La virtud es tan excelente, dice San Juan Crisóstomo, que hasta los que la combaten la admiran.*

*Cicerón dice: "Fuera de la virtud todo es falso, incierto, caduco, inmóvil; sólo la virtud está fija en las raíces celestiales; ninguna fuerza puede conmovérle ni desvirtuarla".*

*Tales, uno de los sabios de Grecia dijo: "¿Cuál es la cosa más útil? La virtud. ¿Cuál es la cosa más dañina? El vicio".*

*“La virtud no puede crecer al lado de los vicios, es preciso impedir que estos crezcan si se quiere que aquella se fortifique. (San Bernardo)”*

*Observad, dice Platón, la naturaleza contraria de la virtud y del vicio: por un momento de placer en la vida nos precipitamos en un sentimiento, un dolor y tormentos perpetuos; pero la virtud, después de cortos dolores, ve nacer goces grandes y verdaderos que le acompaña hasta después de la muerte, en la eternidad.*

*Estimemos grandemente la virtud, porque, “ella, como dice San Gregorio Nacianceno, está en medio de los vicios como la rosa entre espinas”, y “ella sola, como dijo también Séneca, nos proporciona una felicidad perpetua y segura.”*

BENJAMIN MARTIN SANCHEZ

Zamora, 1 enero 1990.

# VIRTUDES CRISTIANAS

## ¿QUE ES LA VIRTUD?

### 1

*Virtud* significa “valor, fuerza, vigor, constancia en hacer el bien”. “La virtud es el arte de hacer el bien y rectamente... Es la senda por la cual el hombre de bien llega a la gloria, al honor al poder”. (San Agustín)

### 2

Virtud es no querer pecar y obligar a la voluntad a perseverar en este apartamiento del pecado. (San Ambrosio)

### 3

La virtud es tan excelente que hasta los que la combaten la admiran... Nada es comparable a la virtud... Nada hace que los hombres sean tan insensatos como el pecado; nada que los haga tan cuerdos como la virtud, porque los hace reconocidos, buenos, dulces, humanos y misericordiosos. (S. J. Crisóstomo)

## 4

La virtud no pasa por ninguna parte sin dejar huellas... No hay medio más eficaz para hacerse bueno que hacer bien. Sólo el que va por el camino del bien sabe adónde va. (C. Arenal)

## 5

Una nación no es verdaderamente grande porque tenga gran potencia militar, política o comercial. Es la justicia, la honradez y rectitud en la vida privada y pública lo que engrandece las naciones. "La virtud engrandece a las naciones, mientras que el pecado las hace miserables". (Prov. 14, 34)

## 6

El que posee la virtud, posee lo principal. La formalidad, la generosidad del alma, la sinceridad, la rectitud, el celo y la bondad constituyen la virtud perfecta. (Confucio)

## 7

Las verdaderas riquezas no son el oro ni la plata, sino las virtudes... La virtud no puede crecer al lado de los vicios; es preciso impedir que estos crezcan si se quiere que aquella se fortifique. (San Bernardo)

## 8

La riqueza está en la virtud, y nadie puede ser feliz sin la virtud... Nada más amable que la virtud, nada que nos gane tanto los corazones. (Cicerón)

9

Porvenir tienen todos los pueblos que creen en la virtud. (C. Arenal) La virtud no necesita de adornos extraños, ella tiene en sí misma su máximo adorno. (Séneca) El que no hereda la virtud de sus antepasados es muy poco lo que hereda. (Mario)

10

Lee frecuentemente el Evangelio. Muchos por su lectura conocieron la vida de Jesucristo, y apartándose del pecado siguieron el camino de la virtud.

La virtud o el defecto son muy personales. aunque todos los de nuestro alrededor falten y caigan, eso no podrá justificar una sola falta nuestra.

11

Mira cada día como el último de la vida, es un buen medio para no apartarse nunca de la virtud. (Musonio Cayo)

## VIRTUDES TEOLOGALES Y CARDINALES

12

Hay siete virtudes principales: tres llamadas “teologales” porque dicen relación *inmediata* con Dios, y son *La fe, la esperanza y la caridad*.

Las cuatro virtudes llamadas “cardinales” (del latín *cardo*=quicio) alrededor de las cuales giran las muchas *virtudes morales*, como la puerta sobre sus goznes o quicios, son: *Prudencia, justicia, fortaleza y templanza*.

### 13

*¿Cuál es la mayor de las virtudes en orden de la perfección?* San Pablo al hablar de las tres virtudes teologales, nos dice que la mayor, la más excelsa es la caridad (1 Cor. 13, 13), y así es por ser la que más une íntimamente con Dios, y porque es la única que permanece eternamente en el cielo, ya que la fe desaparece al ser sustituida por la visión de Dios y lo mismo la esperanza.

### 14

*Y ¿cuál es la primera virtud cristiana?* La primera virtud cristiana, en cuando que es el *fundamento* de la vida sobrenatural, es la fe, porque todas las virtudes incluso la caridad presuponen la fe, pues, como dice San Ambrosio: “La fe es el fundamento sólido de todas las virtudes”. Si en realidad yo no tengo fe, ¿cómo he de esperar yo en Dios y amarle? Si yo no creo en Dios, ¿cómo puedo esperar en El? Y ¿cómo podré guardar la humildad y ser casto, si no creo que Dios nos impone estas virtudes con expreso mandamiento, y nos reserva castigos en caso de infracción?



## 1) Fe

15

¿Qué es fe? Fe es creer lo que no vimos; pero lo creemos por un testimonio ajeno. Hay dos clases de fe: *Fe humana* es la que se funda en la palabra o testimonio de otros hombres, y *fe cristiana divina* (de la que aquí hablamos) es la que se funda en la palabra de Dios.

16

Nosotros no vimos nacer a Jesucristo en Belén, ni lo vimos morir en el Calvario, ni subir al cielo desde el monte de los Olivos, ni hemos visto el cielo, ni vemos a Jesucristo en la Eucaristía...; pero lo creemos porque Dios nuestro Señor así nos lo ha revelado y la santa Madre Iglesia así nos lo enseña.

17

La fe es fundamento de lo que se espera, argumento o prueba de las cosas que no se ven. (Heb. 11, 1) El justo vive por la fe. (Rom. 1, 17) Fe es, pues, creer en la palabra de Dios, en lo que el nos ha revelado. El fundamento de nuestra fe es la Biblia o Palabra de Dios interpretada por la Iglesia.

18

Creer en Dios es tener por cierto su existencia y cuanto El nos ha dicho, o sea, sus verdades reveladas, pues si creemos en la palabra de un hombre sabio y

veraz, ¡cuánto más no debemos creer en la palabra infalible de Dios!

19

Fe, prácticamente, es aceptar la persona de Jesucristo con toda su doctrina, y aceptarla por la autoridad de Dios que la revela y porque la Iglesia nos la enseña.

20

La fe en Cristo y en su doctrina viene por el oído, por haber oído hablar de Él (Rom. 10, 14-17), y si muchos no conocen a Cristo y su doctrina, ¿quién tiene la culpa de tanta ignorancia religiosa y de la perdición de las almas? Por eso el mismo Jesucristo mandó predicar su Evangelio para la salvación de todos. (Mc. 16, 15-16)

21

La fe es necesaria para salvarse. Lo dicen claramente estas palabras de Jesucristo: “Id por todo el mundo, predicad el Evangelio a toda criatura, el que creyere y fuere bautizado se salvará...” (Mc. 16, 15-16) Sin la fe es imposible agradar a Dios. (Heb. 11, 6)

22

Al verdadero cristiano no le basta tener fe, sino que debe vivir vida de fe. El que tiene simplemente fe, cree en las verdades reveladas, pero las ve como de lejos y en pintura; mas el que tiene espíritu de fe y

vive esta vida de fe, las ve de cerca, como si fueran realidad, y las contempla.

## 23

Viva es la fe del cristiano que ve, como con los ojos, la presencia real de Jesucristo en la Eucaristía, y oye al predicador sagrado como si oyere al mismo Jesucristo, pues El es el que ha dicho a los predicadores de su Evangelio: “El que a vosotros oye, a Mi me oye...” (Lc. 10, 16)

## 24

“Dios nos ha hablado muchas veces y de diversas maneras, por medio de los profetas y últimamente por medio de su Hijo” Jesucristo (Heb. 1, 1-2), y por sus apóstoles, y las palabras que nos ha dicho las tenemos en las Sagradas Escrituras, y por lo mismo si queremos tener cada día mayor fe, debemos leerlas con frecuencia.

## 2) La esperanza.

*¿Qué es la esperanza?* La esperanza es una virtud por medio de la cual esperamos con firme confianza el cielo y las gracias necesarias para alcanzarlo.

## 25

Los verdaderos cristianos viven con una firme esperanza de conseguir el cielo o vida eterna, y ¿por qué viven con esta esperanza si no han visto la otra vida?

Viven con esta esperanza porque Dios omnipotente y bueno nos la ha prometido, y porque El es fiel en sus promesas y no miente. (Tit. 1, 1) “Esta es la promesa que el nos hizo, la vida eterna”. (1 Jn. 2, 25)

(El fundamento o base de nuestra esperanza es la fe o creencia en esta promesa divina).

## 27

Así como el labrador vive con la esperanza de recoger el fruto de la tierra que ha sembrado (Sant. 5, 7-8); así nosotros hemos de vivir esperando aquella vida que Dios ha de dar a los que no abandonan su fe. “Mantengámonos firmes en la esperanza, porque es fiel el que nos ha prometido la vida eterna”. (Heb. 10, 23)

## 28

Nada alimenta y fortifica el alma como la esperanza. (S. J. Crisóstomo) La esperanza de la vida eterna, inmortal, es la vida de la vida mortal. (S. Agustín) “Espera en el Señor y practica el bien.” (Sal. 37, 3)

## 29

Si nuestra esperanza se limitase solamente a esta vida, seríamos los más miserables de todos los hombres (1 Cor. 15, 19); pero nosotros ya vivimos como ciudadanos del cielo, de donde asimismo esperamos al Salvador, nuestro Señor Jesucristo. (Fil. 3, 20) “El que espera en Dios es feliz”. (Prov. 16, 20)

La esperanza humana se apoya en sus propias fuerzas y en ayuda de otros, y así lo hace el que espera conseguir una fortuna y adquirir ciencia o un alto puesto; mas la esperanza sobrenatural, de que hablamos, se apoya en Dios, en su gracia, pues como Jesús nos dice: "Sin Mi nada podéis hacer", (Jn. 15, 5), y es necesario que cooperemos, como dice San Pablo: "No yo, sino la gracia de Dios conmigo"...

Así como el áncora sujeta al barco, así nuestra esperanza viene a ser como el áncora del alma que nos libra de las tempestades de las pasiones.

La esperanza es la que ha hecho apóstoles, mártires y santos, y es la que nos hace sufrir con paciencia nuestros trabajos con la confianza del cielo.

El pecador también tiene motivos para esperar en Dios misericordioso, que dice con juramento: "No quiero la muerte del pecador, sino que se convierta y viva." (Ez. 33, 11)

### **3) La caridad.**

¿Qué es la caridad? Es la virtud sobrenatural por la

cual amamos a Dios por sí mismo sobre todas las cosas y al prójimo como a nosotros mismos por amor a Dios. (Cat. de S. Pío X)

### 34

El fundamento de la caridad es el amor de Dios, del Dios-caridad. (1 Jn. 4, 16) Hay dos clases de caridad o amor: el de *concupiscencia* (amor imperfecto) que consiste en amar a Dios por ser bueno con nosotros, y el de *benevolencia* (caridad perfecta), que consiste en amar a Dios por ser quien es, por su bondad absoluta.

### 35

San Juan nos dice: “Carísimos, amémonos unos a otros porque la caridad procede de Dios, y todo el que ama es nacido de Dios y a Dios conoce... Dios es caridad, y el que vive en caridad permanece en Dios y Dios en él. (1 Jn. 4, 7 y 16)

### 36

San Pablo entona este cántico a la caridad: “Si hablando lenguas de hombres y de ángeles no tengo caridad, soy como bronce que suena o címbalo que retiñe... La caridad es paciente, es benigna, no es envidiosa, no es jactanciosa, no se hincha; no es descortés, no busca lo suyo, no se irrita, no piensa mal; no se alegra de la injusticia, se complace con la verdad; todo lo excusa, todo lo cree, todo lo espera, todo lo tolera. (1 Cor. 13)

## 37

La caridad nunca se acaba; las profecías desaparecen; las lenguas cesarán, la ciencia se desvanecerá.. Ahora permanecen estas tres: la fe, la esperanza, la caridad; pero la mayor de ellas es la caridad. (1 cor. 13) Esforzaos en alcanzar la caridad. (14, 1)

## 38

El más grande y primer mandamiento es éste: Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente. El segundo es semejante a éste: amarás al prójimo como a ti mismo. En estos dos mandamientos se encierran toda la ley y los profetas. (Mt. 22, 38-40)

## 39

Ninguna cosa es mayor en este mundo como el alma que tiene caridad.. Ama a Dios y haz lo que quieras; si callares, calla por amor; si perdonares, perdona por amor; si castigares, castiga por amor; porque lo que por este amor se hace es meritorio delante de Dios. (San Agustín)

## 40

Todas las virtudes, dice San Agustín, pueden reducirse a la caridad o amor, porque la fe no es otra cosa que el amor que cree; y la esperanza, el amor que aguarda; y la paciencia, el amor que sufre; y la prudencia, el amor que reflexiona; y la justicia, el amor

que da a cada uno lo que es suyo; y la fortaleza, el amor generoso y valiente que vence...

41

Sin la caridad todas las virtudes desaparecen... "La caridad es la medida de la grandeza y de la perfección, de tal manera que el que tiene mucha es grande, y el que poca es pequeño, y nada el que no tiene ninguna." (S. Bernardo)

42

La caridad viene de Dios (Rom. 5, 5) y se conoce por oposición al egoísmo. Este se combate con el interés por los demás y con el desprendimiento. El amor enseñado por Jesucristo es el camino más corto y más seguro para ir al cielo.

43

Ama al pecador o equivocado, pero no sus pecados o errores. Amas cuando haces tuyos los problemas de los demás; cuando buscas los intereses del prójimo, cuando consideras a todos los hombres como hermanos tuyos.

44

El mejor apostolado de los tiempos modernos es una vida de amor. El mejor apostolado no es hablar de Dios, sino dar a Dios... Caridad es hacer bien a todos. El que hace mal a otros, se lo hace a sí mismo y Dios no le bendice. El hacer mal es de corazones ruines.



## 45

Esfuézate por hacer bien a todos, y si hallas enemigos en el camino de la vida, véngate de ellos a ejemplo de Jesucristo, con la oración, el perdón y el amor. Acostúmbrate a devolver bien por mal.

## 46

La caridad no se rebaja nunca por más que descienda. La caridad como el sol, donde quiera que penetra hace brotar rosas. (C. Arenal)

## 47

“La ciencia hincha, la caridad edifica”... “Aunque supieras de memoria la Biblia entera y las sentencias de todos los filósofos, ¿de qué te servirá todo eso sin caridad y gracia de Dios?” (Kempis)

## 48

Un gesto suave en unos momentos de contrariedad, hace más bien a quien lo presencia, que cuatro pláticas de caridad al día. Agradar no es todo, hay que agradar por agradar a Dios.

## 49

Con la persona que te contraría y te hace padecer, pórtate como te portarías con la persona que tu más quieres en este mundo.

## 50

El amor a Dios sea el móvil de todas tus acciones.

“Tan hermoso es pelar patatas por amor al buen Dios, como edificar catedrales. (Hno. Rafael)

51

La esencia de la perfección cristiana consiste en la caridad, principalmente en el amor a Dios, y de modo secundario en el amor al prójimo. (Santo Tomás)

52

Nada borra el pecado como el amor. (1 Ped. 4) Recordemos los ejemplos de la Magdalena, del Buen Ladrón... “La caridad transforma en paraíso a las comunidades religiosas.” (Santa Magd. Sofía Barac)

53

El amor no se reduce a una fórmula, vg. “Dios mío os amo”, se requiere que el amor se traduzca en obras: “Obras son amores...”

54

“Todo cuanto deseáis que los hombres os hagan, hacédselo a ellos. ¿Deseáis recibir beneficios? Sed bienhechores. ¿Deseáis que os alaben? Alabad a vuestro prójimo. ¿Deseáis ser amado? Amad...” (S. J. Crisóstomo)

55

La caridad, al igual que Jesucristo, pasa por todas partes sembrando el bien, perdonando sin rencor, no conservando el recuerdo del mal recibido. Ella escribe los beneficios en mármol y las injurias en la arena...

## VIRTUDES CARDINALES

### 1) La prudencia.

56

La prudencia es la primera de las cuatro virtudes cardinales que inclina a la elección y empleo recto de los medios adecuados para la consecución del fin. La prudencia es la ciencia de los santos. "Sigue el consejo de los prudentes, y no desprecies ningún buen consejo". (Tob. 4, 18)

57

La prudencia nos enseña a examinar con *discreción* lo que es bueno para practicarlo y lo que es malo para evitarlo, lo que es verdadero y lo que es falso.. "El prudente ve el peligro y se esconde, el simple sigue adelante y la paga." (Prov. 27, 12)

58

"La prudencia es la reina de las virtudes morales en cuanto que a todas las preside y gobierna, de tal suerte que, en el momento que alguna de ellas se ejercitara imprudentemente, dejaría de ser virtud para convertirse en vicio". Sin la prudencia todas las demás virtudes pierden su brillo y hermosura.

59

La prudencia nos pide discrección en el hablar, en

el trabajo, en el vestido..., en cuantas cosas hacemos. "Pensad dos veces las palabras antes de que las profiera la lengua... Quitad la prudencia, y la virtud será vicio." (San Bernardo)

60

La prudencia es el ojo y el piloto del alma, así como de todos los movimientos y acciones. El prudente es, pues, el que ve de lejos. (Santo Tomás)

61

Séneca dijo: "El que no sabe callar, no sabe hablar". No obréis pronto si no después de haber examinado cuidadosamente; no reflexionar es locura"

62

La prudencia es la ciencia del discernimiento entre el bien y el mal... "Un hombre falto de prudencia es semejante a un navío sin piloto, que es llevado de acá para allá, como juguete de los vientos..." (S. Basilio)

63

El hombre prudente mide sus discursos y los pesa en la balanza de la justicia, para que haya gravedad en su razón y peso en lo que dice. Obrando así manifiesta dulzura, bondad y modestia." (S. Ambrosio)

64

¿Qué nos enseña la prudencia? Nos enseña a ser *dóciles*, a saber aconsejarnos de los más prudentes, a

escuchar con paciencia, y cuando es razonable lo que dicen contra nuestra mala conducta, aceptarlo sin enfado, antes bien con agradecimiento, por cuanto que se nos dice para nuestro bien...

Además nos enseña a hacer las cosas con *diligencia*, a no dejar para después lo que puedes hacer ahora, y a hacerlas a su debido tiempo.

65

El hombre prudente, según San Bernardo, no hace nada sin haber examinado y previsto estas tres cosas: 1. Si lo que desea hacer está permitido; 2. si es conveniente, y 3. si es ventajoso. Se deben medir los discursos y las palabras...

66

Jesús dijo: "Sed prudentes como serpientes y sencillos como palomas." (Mt. 10, 16) A la prudencia de la serpiente, que procura defender la cabeza de los golpes, ha de ir unida la sencillez de la paloma, o sea, la sinceridad de ánimo ajena a toda doblez y engaño.

## 2) La justicia.

67

¿Qué entendemos por justicia? Solemos entender: 1. la virtud especial que consiste en dar a cada uno lo que le es debido; 2. la unión de todas las virtudes con-

ducentes a la perfección. En este sentido el hombre justo es perfecto.

68

La palabra "justicia", como podemos observar en muchos pasajes bíblicos, equivale a santidad, providad, rectitud, integridad, perfección..., también suele designar la observancia integral de todos los mandamientos divinos.

69

La Biblia también nos exhorta a practicar la justicia. Y los profetas nos hablan de la práctica del derecho y de la justicia. (Os. 10, 12; Jer. 22, 3-4)... y denuncian la injusticia, la opresión de los pobres. (Am. 5, 7: 6, 12, etc.)

70

Lo que no quieras para ti, no lo hagas a nadie. (Tob. 4, 15) Amad la justicia los que gobernáis la tierra. (Sab. 1, 1) Bienaventurados los que obran siempre la justicia. (Sal. 106, 3)

71

La balanza falsa es abominable a Dios, mas la pesa cabal le agrada... La justicia del justo le salvará... Peso justo y balanza justa es de Yahvé. (Prov. 1, 1 y 16) Yo soy, dice el Señor, el que escudriña las entrañas y los corazones, y que os daré a cada uno según vuestras obras. (Apoc. 2, 23)

### 3) Fortaleza.

72

La virtud de la fortaleza es “una virtud moral sobrenatural que da fuerza al alma para correr tras el bien difícil, sin detenerse por el miedo, ni siquiera por el temor de la muerte”. (Tanquerey)

73

La fortaleza es una virtud cardinal de suma importancia en la vida espiritual que nos impulsa a hacer, sin vacilación ni miramientos, lo que hay que hacer. Sin esta virtud los que hoy son santos no hubieran logrado serlo.

74

La fortaleza es uno de los dones del Espíritu Santo, el que todos necesitamos para salir victoriosos en los embates del enemigo. Este don es una energía sobrenatural que nos arma contra la pusilanimidad o la cobardía en el servicio de Dios, contra los obstáculos, tentaciones, dificultades..., que hallaríamos en el cumplimiento de nuestros deberes.

75

Por el bautismo quedamos purificados de nuestras iniquidades, y por medio de la confirmación somos fortificados en las virtudes. (S. Pedro Damián)

El Espíritu Santo fortifica de tal modo, que nos hace invencibles. Pedro, sin el Espíritu Santo es vencido por la voz de una sirvienta; con el Espíritu Santo es vencedor de los príncipes, de los reyes y de los imperios... y habla sin temor a las multitudes a las que induce a la penitencia... Pedro es "piedra", es decir, roca contra las que se estrellan todas las olas... y desde entonces siguió sin cobardía y con atrevimiento a Cristo hasta la muerte.

#### 4) **Templanza.**

La templanza es una de las cuatro virtudes cardinales, que consiste en moderar los apetitos y el uso excesivo de los sentidos. Esta virtud nos pide que seamos sobrios en la comida y en la bebida.

La virtud de la templanza no está en no comer, sino en comer cuando es menester, y en lo demás abstenerse. (P. Rodríguez)

Sed sobrios, no os dejéis llevar de la gula... La sobriedad es madre de la salud, de la santidad, de la pureza, de la modestia, y de la paz. Es la salud del



cuerpo y del alma, la dicha para el tiempo y para la eternidad (C. a Lápide)

80

Mayor soy, y para mayores cosas nací que para ser esclavo de mi cuerpo... Hay algunos que viven para comer; pero yo como para vivir. (Séneca)

81

Los excesos de las comidas producen enfermedades, y la ansiedad produce la cólera. Muchos han muerto por la intemperancia, y el hombre sobrio prolonga la vida. (Prov. 37, 33 ss)

82

No os entreguéis con exceso al vino, fomento de la lujuria. (Ef. 5, 18) La sobriedad o moderación en el comer y beber es madre de la salud, de la sabiduría y de la santidad.

83

Hay que pedir que en un cuerpo sano habite también un alma sana. (Juvenal)

## VIRTUDES MORALES

Estas virtudes son las que se derivan de las llamadas “cardinales”. Nos fijaremos en algunas de las principales, y advierto que en su exposición tomo varios de los conceptos que tiene el P. A. Royo Marín en su “Teologías de LA PERFECCION CRISTIANA”.

### 1) Obediencia.

84

La obediencia es “una virtud moral que hace pronta la voluntad para ejecutar los preceptos del superior” (Santo Tomás), es decir, por la obediencia nos sometemos a lo que mandan los que nos gobiernan.

Por “preceptos del superior” no sólo los mandatos de los superiores para con sus religiosos, que con voto solemne se han obligado a ellos, sino también los mandatos de los príncipes para con sus súbditos, los de los padres para con los hijos, los de los amos para con los criados, de los maridos para con sus mujeres...

85

El fundamento de la obediencia es *la autoridad del superior*, que en último término viene de Dios y quien resiste a la autoridad, resiste al mismo Dios. (Rom. 13, 1-2)

El superior está en lugar de Dios y por lo mismo debemos estar persuadidos que obedeciendo al superior estamos cumpliendo la voluntad de Dios. El que manda puede equivocarse; el que obedece, jamás. Estaríamos exentos de prestar obediencia al superior sólo en caso que mandase alguna cosa contra los mandamientos de Dios.

Para que nuestra obediencia sea perfecta ha de ser *sobrenatural*, es decir, debemos obedecer tanto en cosas agradables como desagradables, y no por motivos meramente naturales o miramientos humanos, o porque el que manda tiene buen carácter, talento o sabiduría sino pura y simplemente por Dios, por obedecer y agradecerle a El, de quien el superior ha recibido la autoridad y a quien representa.

La obediencia debe hacerse con espíritu de fe, viéndolo en el superior a nuestro Señor, y debe también hacerse por amor, con prontitud, con espontaneidad y alegría, con humildad y con perseverancia, no con obediencia crítica o murmuradora, que acepta de mala gana la orden del superior, o con obediencia farisaica o perezosa...

Y si alguna vez viésemos que del cumplimiento de

lo ordenado por el superior, se siguiese algún inconveniente no previsto por el, ¿qué podríamos hacer? Lo propio sería exponerle con llaneza y humildad tal inconveniente, pero una vez hecho esto, cualquiera sea la resolución final que adoptare, hemos de obedecer inmediatamente, pensado que obedeciéndole a él, obedecemos a Dios.

## 90

Jesucristo nos dio ejemplo de una obediencia humillante, dolorosa y redentora; pues vino a hacer la voluntad del Padre y tomó forma de siervo, siendo obediente hasta la muerte y muerte de cruz. “La obediencia es el holocausto de la propia voluntad que se ofrece a Dios.” (Pablo VI)

## 91

Cuando en una comunidad hay obediencia, reina en ella el orden y la paz. Los mejores superiores y súbditos son los que mandan y obedecen por amor. “Superior que no sabe sufrir, no sabe mandar”. (Gar-Mar)

## 92

No faltan quienes digan que hay crisis de autoridad, pero ¿no será más bien de obediencia y disciplina? El que no tiene opinión propia siempre contradice a los demás. “De nada os aprovechará amaros mutuamente, si no queréis obedeceros mutuamente.” (Postumio)

Acostúmbrate a no criticar jamás las disposiciones del superior. Cuando él manda alguna cosa, piensa que él tiene más elementos de juicio que tú. El es representante de Dios.

Causas de la desobediencia, suelen ser: la soberbia, el excesivo amor propio, el creerse suficiente o más superior que el mismo superior, es decir, la poca humildad que tenemos.

## 2) Paciencia.

La paciencia es una de las virtudes más necesarias en la vida cristiana por ser muchas las adversidades, trabajos y sufrimientos que todos tenemos que sufrir en este valle de lágrimas.

La paciencia es “la virtud que inclina a soportar sin tristeza de espíritu ni abatimiento de corazón los padecimientos físicos y morales”, es decir, por ella sufrimos con ecuanimidad los males de esta vida, sin turbarnos o intranquilizarnos interiormente y sin pronunciar exteriormente palabras o ademanes menos decorosos o convenientes.

Dios ha sido el primero en sufrirnos y tener paciencia y mucha misericordia con nosotros. El ve la tierra llena de ídolos y blasfemias, y sin embargo continúa haciendo salir el sol y repartiendo las estaciones sobre buenos y malos. Puede castigar y espera, porque “no quiere la muerte del pecador, sino que se convierte y viva”, y hace como que no ve nuestros pecados por esperarnos a penitencia. (Sab. 11, 24)

Un ejemplo magnífico de paciencia es el que nos dio Jesucristo en su pasión. El siendo la misma inocencia, “ultrajado, no replicaba con injurias, y atormentado no amenazaba” (1 Ped. 1, 22-23), “maltratado y afligido, no abrió su boca (para quejarse), como cordero llevado al matadero, como oveja muda ante los trasquiladores” (Is. 53), y si abrió su boca fue para pedir perdón por sus enemigos: “Padre, perdónales que no saben lo que hacen.” (Lc. 23, 34)...

La paciencia es la raíz y la custodia de todas las virtudes, porque las adversidades sufridas por la paciencia ahogan el amor propio, causa de todo mal. (San Greg. M.) Se necesita más fuerza para sufrir con paciencia las adversidades, que para hacer acciones brillantes. (Santo Tomás)

## 100

Dáis fuerza de gran virtud si no respondéis a una ofensa con otra ofensa; manifestáis una gran fuerza de alma si perdonáis al ser ofendidos, y adquirís una gran gloria si perdonáis a un enemigo a quien pudierais dañar. (S. Isidoro)

## 101

No vengarse es ser semejante a Dios.. Hacerse superior a los ultrajes con la paciencia, es la más hermosa de las victorias. (S. J. Crisóstomo) La venganza es fruto de la ira. (Tertuliano)

## 102

Una onza de paciencia vale más que una libra de victoria. (S. Belarmino) Quien quiera vengar aquí abajo las injurias recibidas carecerá en el otro mundo del mérito de la paciencia. (San Jerónimo)

## 103

Una paciencia discreta logra más que muchas reprensiones. "Lleva con paciencia lo que en ti mismo o en otros no puedes enmendar... Procura sufrir con paciencia los defectos y flaquezas de tu prójimo, porque tu también das mucho que sufrir a los demás. (Kem-pis)

## 104

En los Proverbios leemos: "El iracundo promueve contiendas, el que tarde se enoja aplaca rencillas".

(15, 18) "Nadie detiene tan fácilmente a un perseguidor como el que tiene paciencia". (S. Greg. Naz.)

105

La paciencia es una de las formas de caridad, y requiere más que ninguna otra una energía de carácter para saber vivir en el seno de la familia y de las amistades íntimas... Es tan indispensable como el cemento puede serlo en un edificio construido con guijarros, sin aquel, estarían constantemente expuestos a salirse de la pared y derrumbarse todo. ¡Cuántas felicidades destruidas y derrumbadas yacen por tierra, sólo por falta de paciencia!

106

La prudencia del hombre que tiene paciencia, y la imprudencia del que no la tiene, se manifiesta en que el hombre paciente se presenta como dueño de la ira, y el impaciente deja ver que es esclavo, 2.<sup>o</sup> callándose y conservando la serenidad, el hombre paciente es no sólo vencedor de su propia ira, sino de la ira del prójimo, en tanto que la impaciencia es esclavo de ambos...

107

Oigamos a un poeta: "La fuerza, dice, gana muchas victorias; pero la paciencia gana muchas más. ¿Queréis ser impecables? Sed pacientes, y sabed conteneros. El mejor medio de castigar a los que ultrajan, es manifestarles paciencia. Esta virtud os ayudará a



sufrir lo que no podéis corregir. La paciencia es reina del mundo”

108

El grado más perfecto en la paciencia es lo que se ha llamado la locura de la cruz. Es desear, pedir, alegrarse y gozar con el sufrimiento. Es la virtud heroica de los santos, que cual Santa Teresa de Jesús decían: “Padecer o morir.., recibiendo con alegría los sufrimientos que les enviaba Dios, y así eran asociados a la obra redentora de la cruz.”

Bienaventurado el que sabe sufrir con paciencia, porque el sufrir pasa, pero el fruto de haber santificado el sufrimiento no pasará jamás.

### 3) Magnanimidad

109

La magnanimidad es una virtud que inclina a emprender obras grandes, espléndidas y dignas de honor en todo género de virtudes. Empuja siempre a lo grande, a lo espléndido, a la virtud eminente; es incompatible con la mediocridad. En este sentido es la corona, ornamento y esplendor de todas las demás virtudes. (Royo Marín)

110

La magnanimidad supone un alma noble y elevada. Se la suele conocer con los nombres de “grandeza

del alma” o “nobleza de carácter”. El magnánimo es un espíritu selecto, exquisito, superior. No es envidioso, ni rival de nadie, ni se siente humillado por el bien de los demás.

111

El magnánimo es tranquilo, lento, no se entrega a muchos negocios a la vez sino a pocos, pero grandes y espléndidos. Es verdadero, sincero, poco hablador, amigo, fiel. No miente nunca, dice lo que siente, sin preocuparse de la opinión de los demás.

112

El magnánimo es abierto y franco, no imprudente ni hipócrita. Objetivo en su amistad, no se obceca para no ver los defectos del amigo. No se admira demasiado de los hombres, de las cosas o de los acontecimientos. Sólo admira la virtud, lo noble, lo grande, lo elevado: nada más. No se acuerda de las injurias recibidas: las olvida fácilmente, no es vengativo.

113

El magnánimo no se alegra demasiado de los aplausos ni se entristece por los vituperios; ambas cosas son mediocres. No se queja por las cosas que le faltan ni las mendiga de nadie. Cultiva el arte y las ciencias, pero sobre todo la virtud. Es virtud muy rara entre los hombres, puesto que supone el ejercicio de todas las demás virtudes... En realidad, los únicos verdaderamente magnánimos son los santos.

A la magnificencia, virtud que inclina a emprender obras espléndidas se oponen dos vicios: uno por defecto, la “tacañería o mezquindad”, y otro por exceso, el “derroche o despilfarro”. Se dice que es virtud propia de los ricos, que en nada mejor pueden emplear sus riquezas que en el culto de Dios o en provecho y utilidad de sus prójimos.

“Es increíble la obcecación de muchos ricos que se pasan la vida atesorando riquezas, que tendrán que abandonar a la hora de la muerte, en vez de fabricarse una espléndida mansión en el cielo con su desprendimiento y generosidad en este mundo. Son legión los que prefieren ser millonarios “*setenta años*” en la tierra en vez de serlo en el cielo *por toda la eternidad*.”

#### 4) Castidad.

La castidad es una virtud angélica, austera, delicada que se opone a toda delectación carnal e impura mientras sea ilícita. Esta virtud predilecta de Jesucristo nos pide mucha pureza en pensamientos, palabras y obras.

La castidad es una virtud que es fuente de hermosura, de alegría, de paz, y a su vez promotora de obras de celo y apostolado. "La castidad es una belleza vieja siempre nueva, el mejor medio y método para "divinizar" la vida." (S. Greg. Niseno)

La castidad es una joya de inestimable valor, virtud que pregona entereza, limpieza y honestidad de cuerpo y alma. "La castidad es azucena de las virtudes y hace a los hombres casi iguales a los ángeles". (S. F. de Sales)

La pureza es una perla preciosa y rarísima, y sin embargo es necesaria. (San Atanasio) La pureza es una blanca túnica que todos manchamos... Pureza no hay más que la primera, y cuando se pierde se perdió para siempre. (C. Arenal)

La pureza ennoblece el espíritu, aclara la inteligencia, eleva la mente, acerca a Dios y con ella no hay dificultad ni problema. El corazón puro tiene horizontes muy amplios, la claridad de las cosas, serenidad en las luchas, celo por el bien... Toda alma inocente, exenta de pecados, tiene una natural tendencia hacia el optimismo y la alegría sin mezcla de abatimiento ni

tristeza..., al contrario, el alma disoluta y manchada por el pecado. (M. Martín S.)

121

La pureza es virtud de almas privilegiadas, de las que más se santifican por las demás. ¿A quiénes confía la Iglesia los niños abandonados, los ancianos, los dolientes? A las vírgenes castas. Sólo la pureza es capaz de tantos desvelos. La pureza nos habla de paz, de belleza, de armonía. “Bienaventurados los limpios de corazón porque ellos verán a Dios.” (Mt. 5, 8)

122

Las almas grandes han sido muy amantes de la castidad, virtud delicada que se opone a toda clase de impurezas, y es preciso que las almas jóvenes la conozcan para no perderlas, y por ser la más tentada sepan defenderla. La castidad se llama también “continencia” porque nos indica que hay que hacerse violencia para reprimir las tentaciones o malas inclinaciones de la carne.

123

¿No sabéis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, que está en vosotros...? Glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo. (1 Cor. 6, 19-20) El contacto con el mundo perjudica a la pureza, vacía el espíritu de los pensamientos de Dios y los llena del amor a las criaturas. (S. Vicente Paúl)

Aun en el amor más puro en sus comienzos, si se deja, de santo se transforma en afectivo; de afectivo en obsequioso; de obsequioso en familiar; de familiar en carnal. (San Agustín)

Después del pecado original la carne está en continua lucha contra el espíritu. "En esta especie de guerra los vencedores son aquellos que parecen cobardes y huyen." (S. Felipe Neri)

## **REMEDIO PARA PERMANECER CASTOS**

El primer remedio contra el vicio es apartarse mucho de aquellos cuya presencia es una tentación... Muchas personas eminentes en virtud han caído en el pecado por creerse seguras. (San Jerónimo)

La pureza del corazón depende de la huida, pronto y lejos, de las ocasiones que el mundo nos ofrece. Para ser continente, por toda la vida es menester pelear, vigilar y orar. (P. A. Amundarain)

San Jerónimo escribió a una joven virgen, dirigida suya: “Andas cargada de oro, debes evitar los ladrones. Estos para robarte la joya de la pureza se presentan bajo diversas formas: las malas lecturas, las conversaciones poco honestas, el cine inmoral, los malos compañeros...

Vigila para no caer en el pecado. “Cuando has buscado la compañía de una satisfacción sensual... ¡Qué soledad luego!” (Escrivá-Camino)

Sentir la concupiscencia es de la naturaleza; pero desear el mal es de la voluntad. (S. J. Crisóstomo) Sin la guarda de los sentidos y las maceraciones corporales no se logra el don de la castidad. (S. Carlos Borromeo)

Medios para conservar la castidad: Vencimientos, oración, devoción a la Santísima Virgen, huida de ocasiones, el trabajo evitando la ociosidad y frecuencia de sacramentos. “Para ser puros y castos se necesita el temor de Dios”. (S. León Magno) “El alimento eucarístico es remedio contra la sensualidad”. (León XIII)

Casto es aquel que con un amor venció otro amor.

El apoyo en el amor de Dios es el motor indispensable de la vida sobrenatural. “El acto sigue al deseo si no se opone un Amor, fundado en conocimiento, que da voluntad mejor”, es decir, una acción torpe es efecto de un deseo malo, y sólo el amor divino, su conocimiento, nos puede impulsar a alejarnos del pecado o amor impuro.

133

Muchos doctores médicos han hablado a favor de la castidad: “La continencia es posible sin detrimento de la salud; es un hecho comprobado por miles de casos”. (Dr. Meye)

134

El vencimiento de los pecados torpes proporciona salud espiritual al alma y salud al cuerpo: “Las bendiciones de una vida casta la experimentan en sí todos los hombres, especialmente los jóvenes”. (Dr. Montegazza)

135

A la castidad se opone la *lujuria* en todas sus especies y manifestaciones, que es el vicio más vil y degradante de todos cuantos se pueden cometer, aunque no sea el mayor de todos los pecados. De este pecado se derivan otros muchos, principalmente, *la ceguera espiritual, la precipitación, el odio a Dios, el apego a esta vida y el horror a la futura...*



## 5) Virginitad.

136

La virginidad es flor de la castidad. Es una virtud especial por la que se toma una resolución libre y voluntaria de abstenerse para siempre del matrimonio y de los placeres de la carne, por un servicio más de lleno a Dios y al prójimo. (Enc. "Sacra Virginitas") Y para que tenga perfecta razón de virtud debe ser ratificada por un voto.

137

"La virginidad no goza de la firmeza propia de la virtud, si no nace del voto de conservarla siempre intacta". Así lo dice Santo Tomás y San Buenaventura. El verdadero estado, pues, de virginidad requiere consagración a Dios.

138

San Agustín se expresa así: "No es que se honre la virginidad por ella misma, sino por estar consagrada a Dios... y no alabamos a las vírgenes porque lo son, sino por ser vírgenes consagradas a Dios por medio de una piadosa continencia".

139

Las vírgenes consagradas a Dios son las flores del jardín de la Iglesia... No quieran, pues, adornarse ni agradar a nadie sino al Señor, puesto que se han consagrado a Cristo y, apartándose de la concupiscencia

de la carne, se han entregado a Dios en cuerpo y alma.  
(San Cipriano)

140

La virginidad es perfecta cuando se conserva con voto; mas no se debe proceder con irreflexión y ligereza en caso de tanta transcendencia. Las almas que deseen consagrar su virginidad a Jesucristo, deben hacer un *voto por tiempo determinado*, vg. de una fiesta de la Virgen a otra de la misma, y se ejercitarán en la oración hasta tener certeza de perseverancia.

141

La virginidad es la joya más preciosa de la Iglesia.. Mientras el matrimonio puebla la tierra, la virginidad puebla el cielo. (San Jerónimo) Consagrar a Dios la propia virginidad es entregarle lo mejor que se posee. (Orígenes)

142

El Concilio de Trento dice: "Si alguno dijere que el estado del matrimonio se debe anteponer al de la virginidad, y que no es mejor y más glorioso permanecer en virginidad o casta soltería que unirse en matrimonio, sea anatematizado." (Ses. 24)

143

El Vaticano II en el Decreto "Perfectae caritatis": "Téngase en sumo aprecio la castidad, que deja el corazón libre y disponible para las obras de apostolado"

Pablo VI sobre el celibato dice: "El celibato es una ley capital de nuestra Iglesia. No se puede abandonar ni ponerla en discusión... La Iglesia está en su perfecto derecho de mantenerlo y tiene grave razones para ello".

Juan Pablo II, por ser el celibato una entrega total a Dios y al servicio del prójimo por amor a Dios, exhorta a conservarlo, porque "nuestro sacerdocio debe ser límpido y expresivo".

San Gregorio Nacianceno escribe: "Ensalza, sí, el matrimonio, mas antes que el matrimonio la virginidad. El matrimonio es el perdón de la concupiscencia; la virginidad el esplendor; el matrimonio, el padre de los santos; la virginidad, un sacrificio; el matrimonio es la raíz de la virginidad, esposa de Dios; pero entre tanto es una servidumbre de la carne y de los ardores libidinosos."

*San Cipriano*, después de hablar de la excelencia de la virginidad, dice: No condeno a la casada pero alabo fervorosamente a la virgen, porque las más puras satisfacciones de aquella son como despreciable barro en comparación de las de ésta.

“La virginidad es la infancia continuada, es el triunfo sobre la voluptuosidad...; está exenta de los dolores del parto. ¿Qué es la virginidad sino la libertad absoluta? No tiene un dueño en el marido; la virginidad está exenta de afectos desordenados. No está dedicada a los matrimonios, ni al siglo, ni a los hijos. No puede temer la persecución, pudiendo provocarla con su seguridad.”

*San Ambrosio* dice: No van contra el matrimonio mis alabanzas a la santa virginidad, ni pretendo con ellas apartar del matrimonio a los hombres, sino mostrarles un don precioso, que por ser desconocido de muchas almas tiene pocos devotos en el mundo, al revés del matrimonio, que nadie ignora, buscan muchos, a todos es lícito.

El ofrecimiento de la virginidad, para que sea grato a Dios y meritorio, debe hacerse de un modo *libre y voluntario*, solamente *por su amor y por el reino de los cielos...* En la virginidad no hay que ver una simple renuncia a los placeres carnales, sino una plenitud vitalizada por Dios, una entrega total a Dios que hace un alma impulsada por su amor y en bien de los hombres.

## 151

San Pablo *aconseja* la virginidad, *no la manda*, porque su adquisición es obra de la gracia y supone un gran esfuerzo, un sacrificio heroico y un dominio absoluto de si mismo, y por esto este es el sacrificio más hermoso y más noble que se puede ofrecer a Dios en este mundo.

## 152

Cada uno ha recibido de Dios su propio don. El que no tenga el don de continencia, cásele. No hemos nacido para ser solteros o casados, sino para dar gloria a Dios y salvarnos. El estado en sí no es el que nos santifica, sino la caridad en el estado. De todos modos siempre hemos de decir que la virginidad es “un don de lo Alto” y merece toda estima y toda ponderación.

## 153

Es verdad que “no todos reconocen esto”, como dice Jesucristo, pero también es necesario reconocer que muchas almas habrían seguido el estado de la virginidad, y se hubieran abrazado a él, si se les hubiera hablado de su hermosura y excelencia.

## 154

San Pablo dice: Acerca de las vírgenes no tengo precepto del Señor; pero puedo daros consejo, como quien ha obtenido del Señor la gracia de ser fiel... Creo, pues, que por la instantánea necesidad es bueno que el hombre sea así... Si te casares no pecas; pero

tendréis que estar sometidos a las tribulaciones de la carne, que quisiera yo ahorraros.

Digoos, pues, hermanos, que el tiempo es corto. Sólo queda que los que tienen mujer vivan como si no la tuvieran; los que lloran, como si no llorasen; los que se alegran, como si no se alegrasen; los que compran, como si no poseyesen, y los que disfrutan del mundo, como si no disfrutasen, porque la apariencia de este mundo pasa rápidamente. (1 Cor. 7, 25-31)

## 155

Yo os querría libres de cuidados. El celibe se cuida de las cosas del Señor, de cómo agradar al Señor. El casado ha de cuidarse de las cosas del mundo, de cómo agradar a su mujer, y así está dividido. La mujer no casada y la doncella sólo tienen que preocuparse de las cosas del Señor, de ser santas en cuerpo y en espíritu... Quien casa a su hija virgen hace bien (siendo ella de este parecer), y quien no la casa hace mejor... Más feliz será si permanece así, conforme a mi consejo... (1 Cor. 7, 32-40)

## 156

Hay que tener muy presente que el problema del matrimonio nace *del amor humano*, del amor a otra persona, la virginidad nace *del amor sobrenatural*, del amor o entrega total al Autor de la virginidad, o sea, a Cristo, fuente de todo bien y por El se sacrifica todo y antepone su amor a todos los amores terrenos y humanos.

En la virginidad el amor humano queda en cierto modo sustituido por el amor divino, el amor terreno por el amor celeste, es decir, un amor de baja calidad por otro más alto y sublime... La virginidad es un don especial de Dios y no a todos es concebido, sino a los que lo desean sinceramente y están dispuestos a luchar con la concupiscencia de la carne, y a este fin piden ayuda a Dios con fervor, y ponen los medio de vencimiento, oración, huida de ocasiones...

“La castidad consagrada a Dios exige almas fuertes y nobles, preparadas a luchar y vencer “por el reino de los cielos”... Para muchos la continencia perpetua sería un peso demasiado grave y no se les puede aconsejar”. (Pío XII)

Una virgen es un don de Dios —una hostia de pureza y víctima de castidad— que se sacrifica diariamente y aplaca la ira divina. (San Ambrosio) Nadie duda que el martirio del cuerpo es grande, y que el número de las vírgenes que los sufrieron prueba la excelencia de esta virtud, pero el sacrificio constante de *un alma virgen* que se ofrece en holocausto al Señor, es mayor. ¡El se que sienta capaz de este don, adelante!

*Palabras del Papa Pío XII.* Este gran Pontífice

hace grandes elogios de la virginidad a la que le dedicó la encíclica “Sacra Virginitas”, y quiero destacar aquí estas palabras suyas, dignas de meditación:

“Hoy quisiéramos tan sólo dirigirnos a aquellos, que sacerdotes o seculares, oradores o escritores, no tienen ni una palabra de aprobación o de alabanza para la virginidad consagrada a Cristo; a aquellos que desde hace años y a pesar de las advertencias de la Iglesia y en contra de su pensamiento, conceden al matrimonio una preferencia de principio sobre la virginidad; a aquellos que incluso llegan a presentar el matrimonio como un solo medio capaz de asegurar a la personalidad humana su desarrollo y perfección natural; los que hablan y escriben así sean conscientes de su responsabilidad delante de Dios y de la Iglesia. Es preciso incluirles en el número de los principales culpables de un hecho del cual Nos no podemos hablar sino con profundas tristezas”.

## **6) Mansedumbre.**

161

La mansedumbre es una virtud que modera la ira o indignación. La modera, pero no la destruye, pues Dios nos ha dado esta pasión de la ira para que nos ayude a evitar el mal. La mansedumbre contiene la ira dentro de los justos límites. El apóstol nos dice: “Airaos (razonablemente) y no pequéis.” (Ef. 4, 26)



El hombre puede faltar por exceso de ira, cuando se excita por motivos insignificantes y termina amargándose a sí mismo y a los demás, y puede faltar por defecto de ira, cuando no reacciona contra el mal, ni se mueve a quitar la causa de él. Esta falta es una dejadez o lenitud que conduce a contemporizar con lo malo.

Jesucristo se nos presenta como modelo de mansedumbre, y así nos dice: "Aprended de MI, que soy manso y humilde de corazón" (Mt. 11, 29) y El nos da muchos ejemplos de esta virtud. Un día al descender del monte con humildad y mansedumbre "le siguieron las multitudes". Tal era su bondad y los atractivos de su persona por el carácter sencillo y suave, que arrastraba tras sí a todos...

Enumeremos algunos ejemplos en los que resplandece la mansedumbre de Jesucristo:

1) Tolerando las mil impertinencias, la ignorancia, la incomprensión de sus discípulos a los que iba instruyendo gradualmente, y diciéndoles que debían perdonar hasta setenta veces siete (es decir, siempre), ser sencillos como palomas, corderos en medio de lobos, devolver bien por mal, etc.

2) Con los niños..., con los pecadores extrema su dulzura y mansedumbre, y así vemos que perdona en el acto a Zaqueo, a la Magdalena, a la adúltera, a Mateo, el publicano,...

3) Donde más resplandeció esta virtud fue en su pasión. Entonces sufrió los mayores atropellos, calumnias, insultos, azotes, crucifixión..., y guardó silencio sobrehumano: "no abrió sus labios (para quejarse o maldecirles), sino que fue como cordero al matadero..." ... y terminó dirigiéndose a sus verdugos desde la cruz con palabras de caridad y perdón: "Padre, perdónales, porque no saben lo que hacen"...

## 165

¿Cuándo no calla Jesús y actúa con justa ira? Cuando la gloria divina era conculcada por los profanadores del templo y se vio obligado a arrojar con látigo a los ganaderos y cambistas...; cuando querían deshacer su labor apostólica con el arma de la calumnia, los desenmascara y los llama "raza de víboras..., hipócritas, sepulcros blanqueados..."

## 166

Lo que conquista la estima y el amor de los hombres no es la ira desenfrenada, ni tampoco el dinero, ni la ciencia, ni la influencia es lo que gana las voluntades, sino la mansedumbre con todos: con los niños, con los rudos, con los impertinentes, con los enfermos, con los malvados, con los ofensores... Los que

son amados, son los que perdonan, los que dominan su ira, los que sufren con paciencia los ultrajes.

167

Nada es tan poderoso como la mansedumbre. el agua apaga el fuego más ardiente; y una palabra pronunciada con dulzura calma el más furioso ímpetu... El hombre de mansedumbre es feliz en si mismo, y presta grandes servicios a los demás; pero el hombre iracundo se halla desgraciado y es el azote de los demás. (S. J. Crisóstomo)

168

“Una respuesta suave quebranta la ira, una palabra áspera enciende la cólera”. (Prov. 15, 1) “Hermanos, si alguno fuese hallado en falta, vosotros, los espirituales corregirle con espíritu de mansedumbre.” (Tit. 3, 1-2)

169

Los superiores no hallarán mejor modo de ser obedecidos que siendo afables y benignos. (S. Vicente Paúl) Los avisos que se dan con dulzura curan toda llaga y los que se dan con dureza, en vez de cerrar una herida, abren diez. (S. Pablo de la Cruz)

170

La discusión sea sin ira, la dulzura sin amargura, la advertencia sin aspereza y la exhortación sin ofensa. (San Ambrosio) ¡Cuán cierto es el dicho de San Fran-

cisco de Sales: “Más moscas se cazan con una cucharita de miel que con cien barriles de vinagre!”.

171

En los momentos de impaciencia, moderemos nuestras palabras y acciones y no contestemos de momento hasta no haber contado hasta veinte. Dejemos pasar algo de tiempo, para hablar cuando estemos con sosiego y tranquilidad. Oremos por los que nos causan molestias... Olvidemos las injurias. Estas deben ser escritas en la arena y los beneficios en mármol.

## **7) Clemencia.**

172

En la Escritura Santa Dios aparece como Señor que tiene misericordia de todos, porque todo lo puede y disimula los pecados de los hombres por esperarlos a la penitencia. (Sab. 11, 24), y también aparece como misericordioso y clemente, tardo a la ira, rico en misericordia y fiel, que mantiene su gracia por mil generaciones y perdona la iniquidad, la rebelión y el pecado, pero no los deja impunes..., castiga la iniquidad, porque es justo. (Ex. 34, 6 s)

173

¿Que es la clemencia? Es una virtud que inclina al superior con cierta dulzura del alma a mitigar, según el recto orden de la razón, la pena o castigo debido al

culpable. Séneca la define como “la moderación del espíritu en el poder de castigar o la lenidad del superior para con el inferior en el señalamiento de las penas.”

174

La clemencia se refiere no al perdón total, sino a un perdón parcial o *mitigación* de la pena. No se debe ejercer por motivos bastardos (vg. por soborno), sino por indulgencia o bondad del corazón, y sin comprometer los fueros de la justicia. Es la virtud propia de los príncipes cristianos, que suelen ejercerla con los reos condenados a muerte, principalmente el Viernes Santo en memoria del divino Crucificado del Calvario. (Royo Marín)

175

A la clemencia se oponen por defecto, estos vicios: la *crueldad* o dureza del corazón en la imposición de las penas, traspasando los límites de lo justo y la *ferocidad*, que llega incluso a complacerse en el tormento de los hombres, y es, por tanta inhumana, y hasta bestial en quienes se complacen en maltratar a los animales.

176

A la clemencia también se opone por exceso la demasiada *blandura* o lenitud de ánimo, que perdona o mitiga imprudentemente las justas penas que es necesario imponer a los culpables. Es muy perniciosa

para el bien público, porque fomenta la indisciplina, anima a los malhechores y compromete la paz de los ciudadanos.

## 8) Modestia.

177

La modestia no consiste en la simple compostura de nuestro exterior y modales; eso no sería sino una virtud de fariseo que, bajo una hermosa apariencia, puede ocultar un interior diverso. El exterior debe ser reflejo de la piedad interior.

178

La modestia bien entendida es el respeto a la presencia de Dios, que inspira al hombre amor a la compostura y al decoro, cual conviene a la presencia de tan alta Majestad. "Dios me ve", dice el hombre de fe. El me mira de igual modo en el día que en la noche, en la soledad que en sociedad, en la calle que en la casa..., sea que obre bien o mal. (A. Hamón)

179

La modestia viene a reunir y encerrar todas las virtudes, pues viene a ser "cierta mezcla completa de bondad, de dulzura, de sencillez, de candor, de moderación, de buenos modales, de gravedad sin aspereza". La modestia comprende todo el hombre exterior. Nada hay tan edificante como la modestia cristiana.

Vuestra modestia sea notoria de todos los hombres... Atended a cuanto hay de verdadero, de honorable, de justo, de puro, de amable, de laudable, de virtuoso y de digno de alabanza; a esto estad atentos. (Fil. 4, 8) Por su aspecto se descubre al hombre, y por su semblante al prudente. El vestir, el reír, el andar denuncian lo que hay en él. (Eclo. 19, 26 ss)

“Ser modesto es predicar la virtud”. (S. Fco. Sales) Arreglad vuestro porte, vuestra voz, vuestro rostro y vuestro andar de modo que agrade a Dios, os honre y edifique al prójimo. (San Ambrosio)

En el porte del cuerpo se ve el estado del alma; por él se puede juzgar de la mayor o menor ligereza, del orgullo, de la incontinencia, o por el contrario, de la mayor o menor gravedad, de la firmeza, de la pureza y madurez del hombre, que se oculta en el fondo de nuestro corazón. (San Ambrosio)

Un joven dejó escrito: “Será de tal manera mi porte exterior que llame a devoción al que me mira”. Hagamos las cosas no para ser aplaudidos de los hombres, sino para edificarlos y agradar ante todo a Dios... “Brille así vuestra luz ante los hombres, para que vien-

do vuestras buenas obras glorifiquen a vuestro Padre que está en los cielos. (Mt. 5, 16)

184

Nada haya en todos vuestros movimientos que pueda herir la mirada de alguno; nada que no esté conforme con la santidad del cristiano. (San Agustín)

## 9) Humildad.

185

Una de las virtudes más fundamentales, y que se deriva de la templanza, es *la humildad*, que nos inclina a cohibir o *moderar* el apetito de grandezas, o sea, “el apetito desordenado de la propia excelencia” (y ésta es precisamente la definición de la soberbia, vicio contrario a la humildad).

186

La humildad y la fe son virtudes “fundamentales”. La fe es fundamento “positivo” de todas las virtudes, y la humildad es fundamento “negativo” de todo el edificio espiritual, en el sentido de que “remueve los obstáculos” para recibir el influjo de la gracia, que sería imposible sin ella, pues, como dice la Escritura: “Dios resiste a los soberbios y da su gracia a los humildes”. (Sant. 4, 6)



*¿Qué es humildad?* Una definición precisa es la de Balmes: "Humildad es el conocimiento claro de lo que somos sin añadir ni quitar nada". Y Santa Teresa lo dice así: "Humildad es andar en la verdad", y la verdad es que no tenemos nada de bueno que no hayamos recibido de Dios.

El verdadero humilde es, pues, el que se reconoce hechura de Dios y que todo cuanto tiene de inteligencia, de hermosura, de dignidad de hijo de Dios..., lo ha recibido de El y a El lo refiere. "¿Qué tienes que no hayas recibido de Dios? Y si lo recibistes, ¿de qué te glorías como si no lo hubieras recibido? (1 Cor. 4, 7)

En el hombre, dice Santo Tomás, se pueden considerar dos cosas: lo que tiene de Dios y lo que tiene de sí mismo. De sí mismo tiene cuanto significa imperfección o defecto, ya que esto, es evidente, no puede provenir de Dios. De Dios, en cambio, tiene cuanto se refiere a bondad y perfección, ya que toda bondad o perfección creada es participación de la divina e increada.

En consecuencia: La verdadera humildad no es más que el exacto conocimiento de Dios y de uno mismo.

San Agustín dice: “Toda tu humildad consiste en que te conozcas a ti mismo... Que os conozca, Señor, y me conozca. Que conozca a Dios para amarle, y me conozca a mí para despreciarme”.

191

San Alfonso M.<sup>a</sup> de Ligorio dijo: “Separemos lo que nos pertenece de lo que pertenece a Dios. De nosotros no tenemos más que miseria y pecado. En efecto, ¿qué somos sino un poco de polvo manchado de iniquidades? y ¿aún nos podremos enorgullecer? “¿De qué se envanecerá (el que es) polvo y ceniza?” (Eclo. 10, 9)

192

Siendo la humildad “andar en la verdad”, la verdad es que no tenemos nada. Yo no puedo compararme con otros, porque todos somos átomos de la nada: “Todas las naciones de la tierra son como una gota de agua... como un polvillo en la balanza...” (Is. 40, 25-28) Y si esto es el mundo delante de Dios, ¿qué seré yo?

193

Muchos tienen la apariiencia de la humildad, pero no la virtud. (San Ambrosio) Una religiosa sin humildad no es religiosa más que de nombre... La paz no puede habitar más que en los corazones humildes y desprendidos de todo... sin la mortificación y la humildad no hay santidad alguna. (M.<sup>a</sup> S. Barac)

Los verdaderos humildes han de seguir a Cristo pobre, humilde y cargado con la cruz para merecer luego ser compañeros de gloria. (Lg. 41) La humildad perfectísima es una actitud habitual de imitar a Jesucristo hasta en lo más costoso, como es vivir abrazado a la cruz. Este es el lenguaje de los santos: “Padecer o morir” (S. Teresa); “padecer y ser despreciado por Ti. (S. J. de la Cruz)...

No hay humildad sin mansedumbre y olvido de sí. La humildad es la virtud de las almas grandes. Si tuviéramos un sólo átomo de humildad, soportaríamos gozosos las contrariedades, los olvidos y cualquiera otra falta ¿Acaso no tienen los demás que soportar las nuestras?... Que nos pospongan a los demás, que nos olviden y hasta nos desprecien..., digamos esta sola palabra: “Lo hemos merecido” (Santa M.<sup>a</sup> S. Barac)

El que se conoce bien tiene humildes sentimientos de sí mismo, y no se alegra de las alabanzas de los hombres, no se cree mejor que los demás... El humilde goza de una paz inalterable; en cambio, la emulación y la ira anidan a menudo en el corazón del soberbio. (Kempis)

La humildad no consiste en palabras humildes, di-

chas sin sentir lo que ellas expresan, ni en un exterior modesto, que oculta un alma que se estima y quiere captarse la estimación de los demás... "Conócete a ti mismo" El muy conocido desea estar incógnito, y el desconocido está triste de ser desconocido.

198

El humilde busca la gloria de Dios en todo, elogia obras de los demás, y las suyas las tiene en poco o nada, y no habla de sí mismo ni para bien ni para mal.

199

El humilde prefiere la compañía de los pobres y de los ignorantes. No se irrita por una descortesía, ni se enoja por cualquier afrenta. A nadie considera inferior a él. Le gusta pasar desapercibido y no hace nada por ser visto o aplaudido... y acepta agradecido la corrección.

200

¿Qué es la humildad? Hacer bien al que te hace mal. Y si el hombre no llega a tanto, ¿qué hará? Huya, y escoja el silencio. Tu humildad es el silencio.. ¿Cómo puede el hombre alcanzar la humildad? Considerando solamente sus maldades y no las de los otros... La humildad es la perfección del hombre. Sé humilde para aprender. (P. del Yermo)

201

Cuanto más se acerca el hombre a Dios tanto más

pecador se ve. (Muzues) No es gran cosa estar pensando en Dios; lo grande es verte debajo de todas las criaturas. (Sísoes)

202

El que quiera que Dios se sirva de él para cosas grandes procure ser el más humilde de todos... Si quieres ser santo, sé humilde; si quieres ser más santo, sé más humilde; si quieres ser muy santo, sé muy humilde. (S. José de Calasanz)

203

No hay perfección sin humildad, y tendremos tantos grados de perfección cuantos tengamos de humildad. (Santa Juana F. de Chantal)

204

Humildad es una cosa. Hipocresía es otra totalmente distinta.. Hay mucha más humildad en aceptarnos que en reprocharnos.

205

El verdadero humilde no desprecia a ninguno, aunque sea gran pecador, porque sabe que aquel puede arrepentirse y ser santo, y que él puede caer y condenarse.

206

El vestido de las virtudes es la humildad, si se lo quitas, desaparecerán todas. La humildad es la señal más fija de predilección. (S. Greg. Magno)

207

Aunque practicasés ya la oración, ya el ayuno, ya la misericordia, o la pobreza o cualquiera otra virtud sin humildad, todo se perdería y sería inútil. (S. J. Crisóstomo)

208

Nunca intentes lucirte, pero intenta siempre dar luz.

209

La humildad es el fundamento de la misma fe, porque el que no es humilde, vacila y pierde la fe. (Santo Tomás) La soberbia hace su propia voluntad, la humildad hace la voluntad de Dios.

210

La humildad es sincera, tiene horror a las excusas, a la hipocresía, a la mentira, a los pretextos..., el alma humilde no finge en sí misma males y miserias que no tiene, ni dice cosas que no siente. Para ella lo que es, es; lo que no es, no es.

211

Estando en gracia, todos podemos decir que somos santos; pero hay que saberlo decir, como enseña San Agustín: "Si dices que eres santo por ti mismo, eres un soberbio; por otra parte, si tu crees en Cristo y eres miembro suyo, si dices que no eres santo, eres ingrato. Dí, pues, a tu Dios: soy santo porque me santificaste; porque recibí y no porque tuviera; porque tu me diste, no por merecerlo yo".

El que bien se conoce tiénese por vil y no se deleita en alabanzas humanas. (Kempis)

## 10) Penitencia... Mortificación.

La penitencia cristiana, considerada como virtud, no es otra cosa que “reparación del pecado”, y por tanto, consiste en el arrepentimiento y detestación de nuestros pecados por motivos divinos y sobrenaturales.

Jesucristo nos dice: Haced penitencia... ya el hacha está puesta a la raíz de los árboles. Todo árbol que no produzca buenos frutos será cortado y arrojado al fuego. (Mt. 3, 8-10) Si no hacéis penitencia, todos pereceréis igualmente. (Lc. 13, 5) He venido a llamar a los pecadores a penitencia. (Lc. 5, 32) Arrepentíos y creed en el Evangelio. (Mc. 1, 15) Mortificad vuestros miembros terrenos... (Col. 3, 5)

La penitencia puede ser interna y externa. La “interna” es, como dice San Ambrosio, “el dolor del corazón y la amargura del alma por los pecados que se han cometido”. Esta virtud de la penitencia siempre incluye la detestación del pecado. San Gregorio

Magno lo dice así: “La verdadera penitencia consiste en llorar o detestar los pecados cometidos, y estos no volverlos a cometer”...

216

La penitencia “externa” consiste en las obras penosas, con las cuales satisfacemos por nuestros pecados, tales son: ayunos, vigiliass, cilicios, cualquiera mortificación corporal... Además de éstas hay otras que nos vienen sin buscarlas, como el frío, el calor, la enfermedad..., y sobre todo están las del vencimiento propio como el sufrir las contrariedades con ánimo tranquilo, despegarse de ciertas personas, etc.

217

De todos los puntos de la moral cristiana, ninguno es tan recomendado en el Evangelio como el precepto de la mortificación, es decir, de trabajar por medio de la privación, del sufrimiento y la violencia contra sí mismo, en combatir nuestra mala naturaleza o tendencias pecaminosas. Estas palabras de Jesucristo: “El que quiera venir en pos de Mi, niéguese a si mismo, tome su cruz y sígame”. (Mt. 16, 24) no significan otra cosa, sino que es necesario mortificarse, y son una máxima que compendia en cierto modo la perfección cristiana.

218

Sin mortificación no hay virtud posible, y así vemos, que para ser humilde, hay que mortificar el amor



propio y el orgullo, con sus exigencias y pretensiones; para ser suave, es preciso vencer el carácter y el mal humor, sus ligerezas y brusquedades; para ser obediente, se necesita mortificar la voluntad propia con sus repugnancias y caprichos...; para ser casto, es preciso mortificar el amor al placer y al deleite, no halagar la carne, etc.

219

Sin guarda de los sentidos y las maceraciones corporales, afirmaba San Carlos Borromeo, nadie logrará el don de la castidad.

220

El que tiene en poca estima las mortificaciones corporales con pretexto de que las interiores son mucho más perfectas, muestra bien a las claras no ser mortificado ni interior ni exteriormente. (S. Vicente Paúl)

221

Los extraños soportan las pruebas murmurando, los amigos las sufren con resignación, pero los que son verdaderos hijos de Dios las aceptan con gratitud. (San Bernardo)

222

Las almas predilectas de Dios están destinadas particularmente a sufrir... llegando a preferir morir antes que no sufrir. (Santa Luisa de Marillac)

Sanidad (gozar de buena salud) y santidad no son ordinariamente buenas compañeras... Si alguno cree que padece demasiado, o es poco humilde o es poco paciente. (S. Pablo de la Cruz)

Sufrir dulcemente, callar pacientemente y cumplir fielmente nuestro deber, he aquí la ciencia de los santos. (S. Margarita M.<sup>a</sup> Alacoque)

Jesucristo nos redimió por medio de los sufrimientos, y ¿no querré yo amar el sufrimiento ofreciéndoselo y uniéndolo al suyo redentor?

¡Cuántas almas llevadas de un celo indiscreto, se disciplinan, quieren extenuar su carne, y no saben luego sufrir una palabrita de crítica o un pequeño desprecio que le hacen!

Esa palabra acertada, el chiste que no salió de tu boca, la sonrisa amable para quien te molesta, aquel silencio ante la acusación injusta, la bondadosa conversación con cargantes e inoportunos, el pasar por alto cada día, a las personas que conviven contigo, un detalle y otros fastidiosos e impertinentes... Esto, con perseverancia, si que es sólida mortificación interior. (Escrivá. Camino, 175)

# INDICE

Presentación .....	3
--------------------	---

## VIRTUDES CRISTIANAS

– ¿Qué es la virtud? .....	5
– Virtudes teologales y cardinales .....	7
– Fe .....	9
– Esperanza .....	11
– Caridad .....	13

## VIRTUDES CARDINALES

– Prudencia .....	19
– Justicia .....	21
– Fortaleza .....	23
– Templanza .....	24

## VIRTUDES MORALES

– Obediencia .....	26
– Paciencia .....	29
– Magnanimidad .....	33
– Castidad .....	35
– Remedio para permanecer castos .....	38
– Virginidad .....	41
– Mansedumbre .....	48
– Clemencia .....	52
– Modestia .....	54
– Humildad .....	56
– Penitencia... Mortificación .....	63